



INSCRIPTION STAGE NIHON TAI JITSU EN VISIO

L'école Essonnienne de Nihon Tai Jitsu, en collaboration avec le Comité Départemental de Karaté de l'Essonne, vous propose un stage gratuit de Nihon Tai Jitsu, ouvert à tous, quels que soient votre discipline, votre niveau (débutant accepté).

Nos amis de l'étranger sont les bienvenus également.

| | | | |
|---|--|-----------------|--|
| Nom : | | Prénom : | |
| N° Licence FFK : <i><u>Pour les pratiquants français.</u></i> | | | |
| Discipline : | | | |
| Club : | | | |
| Email : | | | |
| Pays : <i><u>Pour les pratiquants étrangers.</u></i> | | | |

Merci de renvoyer votre inscription à Laurent LARIVIERE : laurent.lariviere@ntj91.fr.

Vous recevrez en retour le lien de connexion et votre mot de passe ainsi que les consignes sur le déroulement du stage.

Au programme :

- Travail des Taisabaki, atemi, techniques de base, kata simple, application en self défense
- Travail individuel et application avec partenaire : vous pourrez pratiquer si vous le souhaitez avec votre partenaire dans le respect des règles sanitaires en vigueur.

